



Ispirato al Confucianesimo e impregnato della filosofia Zen, il Kyokushinkai, tra le arti marziali più popolari al mondo, è uno stile di karate che coniuga mirabilmente principi estetici e spiritualità.

Elaborato originariamente come efficace sistema di autodifesa, pur essendo attualmente praticato soprattutto come sport e considerato da molti atleti dediti all'agonismo un ideale trampolino di lancio per la carriera professionistica, il Kyokushinkai rappresenta, per chi vi si dedica con serietà e passione, un valido strumento di avanzamento morale e spirituale.

Nella traduzione letterale, "Kyokushin" significa "verità suprema": la verità è da intendersi come la conoscenza delle reali risorse fisiche e mentali, a cui ciascun praticante giunge dopo un lungo cammino di perfezionamento.

Le arti marziali, in vero, lungi dal rappresentare mere tecniche di aggressione e difesa, sono mezzi destinati a favorire la formazione di una personalità matura e sana, in armonia con l'ambiente naturale e sociale.

Per la funzione equilibratrice sotto il profilo psico-fisico, il Karate Kyokushinkai si rivela un'attività sportiva adatta a tutti: ai giovani, che apprendono l'arte dell'autodifesa e del controllo; ai meno giovani, che preservano un ottimale stato di salute vicariando il diminuito vigore fisico con la destrezza e la lucidità mentale; alle donne, che sperimentano un accresciuto senso di benessere e di sicurezza interiore che esalta la loro avvenenza.

La disciplina, inoltre, è particolarmente indicata anche per i bambini, i quali, sollecitati nello sviluppo delle molteplici potenzialità, pervengono a una più chiara consapevolezza delle personali risorse, dei propri punti di forza e di vulnerabilità.

Essi migliorano la capacità di autocontrollo, rafforzano lo spirito di osservazione ed il senso critico, affinano l'intuito e comprendono l'importanza di alcuni fondamentali valori, quali la cooperazione, la tolleranza, il rispetto per gli altri.

Molti ragazzi provenienti da situazioni di forte disagio familiare o sociale, avvicinandosi casualmente alla pratica delle arti marziali, si rendono artefici di sostanziali cambiamenti, allorché scoprono di possedere delle insospettabili risorse interiori.

Traguardo comune, per bambini e adulti, è l'acquisizione di maggior fiducia in se stessi, per una migliore integrazione nella realtà sociale.

